



Vizio & Sfizio

## ***INSALATA TIEPIDA DI FARRO (primo)***

### INGREDIENTI (per 4 persone)

**200 gr. farro (Azienda Agricola Camilli)**

1 zucchina, 1 melanzana, 1 cipolla, 1 peperone, 1 pomodoro

**2 cucchiai di capperi di Pantelleria (Bonomo e Giglio)**

1 cucchiaino di senape

1 ciuffo di basilico

olio e.v.o., sale e pepe

### PROCEDIMENTO

Lavate tutte le verdure. Tagliate la zucchina e la melanzana a bastoncini e il peperone, la cipolla ed il pomodoro a cubetti. Rosolate il tutto in una padella antiaderente con l'olio, salate e cuocete coperto a fiamma media per 10 minuti. Quindi unite i capperi dissalati, il basilico spezzettato ed insaporite con la senape sciolta in un cucchiaino di acqua.

Nel frattempo lessate il farro in abbondante acqua salata, scolatelo e trasferitelo, fuori dal fuoco, nella padella con le verdure. Mescolate e servite.

Buon Appetito !!!